

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 26.03.2026**
Finalgericht von Viktoria Fuchs



Kaninchenrücken mit Tomaten-Sugo, Gnocchi und Serrano-Chip

Zutaten für zwei Personen

Für den Kaninchenrücken:

1 ausgelöster Kaninchenrücken
 1 Knoblauchzehe
 Butter, zum Braten
 Sonnenblumenöl, zum Braten
 2 Zweige Thymian
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 165 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Kaninchenrücken putzen und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer heißen Pfanne mit etwas Sonnenblumenöl rundherum anbraten. Aus der Pfanne nehmen und im vorgeheizten Backofen ca. 6 Minuten garen, bis das Fleisch eine Kerntemperatur von 44 Grad erreicht hat.

Aus dem Ofen nehmen und an einem warmen Ort ruhen lassen. Vor dem Servieren Kaninchenrücken in einer heißen Pfanne mit etwas Butter angedrückter Knoblauchzehe und Thymian nachbraten.

Für den Tomaten-Sugo:

400 g gewürfelte Tomaten, aus der Dose
 150 g Babyspinat
 2 EL entsteinte Kalamata-Oliven
 1 Schalotte
 1 Knoblauchzehe
 50-100 ml trockener Weißwein
 Olivenöl, zum Abschmecken
 1 EL Pinienkerne
 2 Zweige Thymian
 1 Zweig Salbei
 Zucker, zum Abschmecken
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Schalotte und den Knoblauch abziehen und in feine Würfel schneiden. Die Kräuter vom Stiel zupfen und fein hacken. Schalotten und Knoblauch in einem Topf mit etwas Olivenöl anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen, verkochen lassen und mit den Tomaten auffüllen.

Kräuter hinzugeben und bei mittlerer Hitze ca. 30 Minuten sanft köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Olivenöl abschmecken.

Oliven halbieren und hinzugeben. Babyspinat waschen und gut abtropfen lassen. Babyspinat in den Tomaten-Sugo geben, einmal aufkochen lassen und die Pinienkerne hineingeben. Ggf. nochmals abschmecken.

Für den Serrano-Chip:

4 Scheiben Serrano-Schinken

Serrano-Schinken im Ofen knusprig backen. Dafür am besten zwischen zwei Backpapier legen, damit der Chip nicht so schnell verbrennt.

Für die Gnocchi:

250 g vorgekochte, vorwiegend festkochende Pellkartoffeln vom Vortag
 1 Ei
 25 g Butter
 2 EL Pflanzenöl
 80 g Mehl + Mehl zum Arbeiten
 1 TL Speisestärke
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle

Kartoffeln pellen, kurz erwärmen und durch die Kartoffelpresse drücken. Mit Mehl, Speisestärke und Ei zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.

Kartoffelteig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche zu gleichmäßigen Strängen rollen und mit einer Teigkarte in gleich große Stücke teilen. Die Stücke in der Hand zu einer Kugel formen und sie dann mithilfe eines Gnocchi-Bretts abdrehen. Alternativ über den Rücken einer Gabel drehen. Die fertigen Gnocchi in reichlich gesalzenem Wasser ca. 5 Minuten garen, bis sie an die Oberfläche steigen.

Gnocchi mithilfe einer Schaumkelle herausnehmen und auf einem geölten Blech auskühlen lassen.

Für die Fertigstellung: Gnocchi in einer Pfanne in etwas Butter goldbraun anbraten.
50 g Butter

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Zusatzzutaten von Katja: *Katja hat das Kaninchenfleisch vor dem Braten mit etwas Senf eingestrichen. Die Pinienkerne hat sie in einer Pfanne ohne Fett geröstet und damit das Gericht garniert.*

Zusatzzutaten von Maximilian: *Mit dem Rosmarin hat Maximilian den Sugo, das Kaninchenfleisch und die Gnocchi aromatisiert. Die Kapern hat er dem Sugo hinzugefügt und mit der Sojasauce hat er ebenfalls den Sugo abgeschmeckt. Außerdem hat Maximilian den im Rezept vorhandenen Thymian kleingeschnitten und in den Gnocchi-Teig eingearbeitet.*

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 26.03.2026

Zusatzgericht von Viktoria Fuchs



Tom Kha mit geblämmtem Lachs

Zutaten für zwei Personen

Für den Lachs:

250 g Lachsfilet ohne Haut
1 Limette, Saft
1 TL Zucker
½ TL Salz

Das Lachsfilet in feine Tranchen schneiden. Zucker und Salz vermengen. Fisch damit einreiben und leicht mit Limettensaft würzen. Vor dem Servieren den Lachs mit einem Küchenbrenner von einer Seite abblämen bis das Fleisch leicht gegart ist.

Für den Tom-Kha-Sud:

1 Bund grüner Spargel
½ Bund Frühlingszwiebel
3 cm frischer Ingwer
1 rote Chilischote
1 Knoblauchzehe
1 Limette, Saft
2 EL Sojasauce
200 ml Geflügelfond
200 ml Kokosmilch
Pflanzenöl, zum Braten
1 Zitronengras
½ Bund Koriander
2 Zweige Thai-Basilikum
Salz, aus der Mühle

Geflügelfond mit der Kokosmilch in einen Topf geben. Zitronengras anklopfen und fein hacken. Den zarten Part vom Zitronengras beiseitelegen; den holzigen Part in den Sud geben. Ingwer mit einem Löffel schälen und fein schneiden. Knoblauch abziehen und ebenfalls fein schneiden. Chili in Ringe schneiden. Korianderstiele schneiden, das Grün beiseitelegen. Alles in den Sud geben und einmal aufkochen lassen. Mit Sojasauce abschmecken.

Spargel putzen und im unteren Drittel schälen. Spargelstangen in feine Scheiben schneiden. Frühlingszwiebel ebenfalls putzen und in feine Scheiben schneiden. Koriandergrün und Thai-Basilikum fein schneiden. Spargel in etwas Pflanzenöl schwenken und mit dem feinen Zitronengras, Koriander und Thai-Basilikum abschmecken.

Den Sud passieren und mit Limettensaft, Salz und nach Belieben mit Sojasauce abschmecken.

Für die Garnitur:

1 rote Chilischote
1 Limette, Abrieb
2 Zweige Koriander

Gericht mit Chiliringen, Limettenabrieb und Koriandergrün garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist **pazifischer Lachs** aus folgenden Fanggebieten zu empfehlen (Stand März 2026):

- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Alaska, Wildfang (alle Fangmethoden)
- 1. Wahl: Nordostpazifik FAO 67: Kanada, Buckellachs (*Oncorhynchus gorbuscha*), Ketalachs (*Oncorhynchus keta*): Umschließungsnetze (Ringwaden), Haken und Langleinen (Schleppangeln)